VAASI YOGAM/ VASI YOGA- வாசியோகம்

Note: This is Very powerful don't do yourself, Take Guru Guide....

1.) வாசியோகம்

2.) சுழுமுனை வாசல் திறப்பதற்கான விபரம்

3.) புருவ மத்தியாம் நெற்றிக் கண் பூட்டுத் திறக்க

4.) வாசி பார்க்கும் நெறி

5.) காயசுத்தி விபரம்

6.) பிரமரந்திர உற்பத்தி

வாசியோகம் என்பது குருமுகமாக நெற்றிப் பொட்டைத் தொட்டுக் காட்டிப் பூட்டுத் திறக்க வழி செய்து, மூச்சுக் காற்றை உள்ளே இழுத்து வெளிப்படுத்தாது உள்ளுக்குள்ளேயே மேலும் கீழுமாக ஓட்டிச் சமாதி நிலை எய்தச் செய்வதாகும். அவ்வாறு இடகலை, பிங்கலை வழியாக மூச்சுக்காற்றை ஒரே முறையில் ஏற்றிப் பின்பு இறக்கில் புருவமத்தியில் பூரிக்கச் செய்தல் வேண்டும். இவ்வாறு செய்தால் கபமெனும் எமனை எட்டி உதைக்கலாம். வாசியோகத்தினால் பிராணன் (காற்று) தங்கு தடையற்றுச் சுழுமுனையை நாடிச் செல்லும். வாசியோகம் பயிலப் பயில உடலில் மறைந்துள்ள தேவையற்ற ஊன் (கபம்) மறையும். இதனால் குண்டலினியை எழுப்ப அநுபவங்களைப் பெற்று சித்தியடையலாம்.இரு மூக்குத் துவாரம் வழியாகப் பிராணனை வெளிவிடாமல் ஒன்று சேர்க்கும்போது புருவ மத்தியில் அக்னிகலை தோன்றும். இந்த அக்னியில் நாட்டம் வைத்தால் (மனதை நிறுத்தினால்) கோபுரத்துக்குச் செல்லும் வாயில் பூட்டான நாசிமுனை புருவமத்தி திறந்து கொள்ளும். மறக்காமல் தினம் ஒருதடவை சாதனை செய்துவரவேண்டும். மௌனத்துடன் அடங்கி அமைதியாக இருந்தால் மதிஅமுதம் சுரந்துவிடும். மனம் தூங்காமல் தூங்கி சுகம் பெறும். இந்நிலை ஏற்பட மூக்கு மார்க்கமான மற்றோர் வீட்டிற்குச் செல்லாமல் நெற்றி மார்க்கமாக மேலே செல்லவேண்டும்.பிராணன் இயல்பாக உலவும் வழி இடகலை, பிங்கலைகளாகும். அவைகளை மாற்றிச் சுழுமுனையில் செலுத்துவதையே திருமூலர் கூறுகிறார். மூக்கின் வழியாக உள்ளே

சென்று மீண்டும் மூக்கின் வழியாக வெளியே ஏறுகிற காற்றை அவ்வாறு செல்லவிடாமல் தடுத்து நிறுத்தி மூலாதாரத்தில் மேல் உள்ள முதுகெலும்பின் அடிப்பாகத்தில் இருந்து முதுகெலும்பின் உள்ளே உள்ள சிறு துவாரம் வழியாகச் செலுத்தினால் அதாவது சுழுமுனை வழியாகச் செலுத்தினால் மூச்சானது சிறிது சிறிதாக மேலேஏறி அண்ணாக்கில் உள்ள துவாரத்தின் வழியாகப் புருவ மத்திக்கு வந்து அங்கிருந்து உச்சிக்குச் செல்லும். இவ்வாறு ஏற்றி இறக்கிச் செய்யும் மூச்சுப் பயிற்சியே வாசியோகம் எனப்படும்.

சுழுமுனை வாசல் திறப்பதற்கான விபரம் :

வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம்(கபம்) மூன்றும் ஆகாது. எனினும் சிலேத்துமத்தின் சேர்க்கைதான் (சேத்துமம்) உச்சிக்குழிக்குக் கீழே உள்நாக்குக்கு மேலே எரிகிற பச்சை விளக்கை பங்கப் படுத்துகிறது. ஆகவே தான் சுழுமுனை வாசல் திறக்க கபம் வெளியேற வேண்டும். இதற்குக் காலைப் பிடித்தல் ஒன்றே வழி. (கால்-காற்று) காற்றில் உட்கலந்து ஊடாடி நிற்கும் நெருப்பை யோகிகள் உட்கொள்கிறார்கள். இந்தக் கனலால் கபம் அறுபடுகிறது. இந்தக் கபம் வெறும் சளி மாத்திரம் அல்ல. உடலெங்கும் ஒட்டிக் கிடக்கும் கசிறு. இதை புத்தவேதம், " உட்கவிழ்ந்த மேகம்" என்று கூறுகிறது. ஊத்தை சடலம், உட்குழிந்த பாண்டம் என்று உடல் அழைக்கப்பட்டதற்கு "கபமே" மூலகாரணம். எனவே கபத்தை எமன் என்றே அழைக்கலாம்."ஊனினை உருக்கி, உள்ளொளி பெருக்கி" என்கிற திருவாசக அடியால் இதைத் தெளிவு பெறலாம். ஊன் என்பது ஊத்தைக்கசிறு, உடல் என்பதாக நாம் கொள்கிற பொருள் தவறு. இந்த ஊன் உருகுவதற்கு உள்ளொளி பெருகவேண்டும். வாசியோக சாதகர்கள் காற்றிலிருந்து (பிராணன்) நெருப்பைக் கொள்முதல் செய்கிறார்கள். இந்த நெருப்பின் நேயச் சேர்க்கையால் உள் ஒடுங்கிய பொறி உள்ளொளியாக விளக்கம் பெற்றுப் பெருகுகிறது. பிறகு உவப்பிலா ஆநந்தமாய்த் தேன் அமிர்ததாரையாக வருகிறது. இது வாசியோகத்தின் சிகர சாதனை என்று கருதலாம்.

கபம் என்பது உடல் துரியநிலை பெற (நிர்விகல்ப சாயுச்யநிலை) இடையூறாக இருக்கிறது. மாவுப்பொருட்கள் நிறைந்த உணவுகள் அனைத்தும் கபம் விளைகிற கால்வாய்கள் எனலாம். "கோழை கபம் தான்

யமன்!" இதை நீக்க சித்தர்களால் ஆகாது. வாசியோகக் கனலாலே தான் எரிக்க முடியும்.

புருவ மத்தியாம் நெற்றிக் கண் பூட்டுத் திறக்க :

சுகாசனத்தில் அமர்ந்து தலை, கழுத்து உடல் நேராக நிமிர்த்தி, புருவமத்தியில் மனம்பதிந்து இரு இமைகளுக்கும் இடையில் நுண்ணறிவால் (உணர்வால்) பார்த்தால் அந்த இடத்தில் அசைவு காணும். பிராணனை மேலே தூக்கி உடலைத் தளர்த்தி,மனதை அந்த இடத்தில் செலுத்திப் பார். அறிவு நிற்கும் இடமாகிய புருவ மத்தியில் மனதை நிறுத்தி, காலை, மாலை 2 வேளையும் 11/2 மணி நேரம் பார்த்து வர வேண்டும். இவ்வாறு பழகி வந்தால்தான் பலன் காண முடியும். புருவ மத்தியில் உள்ள வாசல் திறக்கும்போது நீலம், பச்சை, வெள்ளை போன்ற நிறங்கள் தோன்றும்.புருவமத்தியில் நினைவை வைத்துத் தூண்டும்போது உண்டாகும் துன்பங்கள்:காதடைப்பு, கிறுகிறுப்பு உண்டாகிக் கண்கள் இருளும். உடல் வலி எடுத்து நடுக்கம் ஏற்படும். புலன்கள் வலிமை குன்றும். இந்நிலையை அநுபவித்துப் பார்த்தவர்களுக்கே தெரியும். மன உறுதி உள்ளவர்கள் மட்டுமே இதைத் தாண்டி மேலே வரமுடியும். மற்றவர்கள் தாண்ட மாட்டார்கள்.

வாசி பார்க்கும் நெறி :

வாசியானது மூக்குத் தண்டு நடுவில் (புருவமத்தி) வருவதே வல்லபம் ஆகும். யோகத் தண்டான முதுகுத் தண்டு நிமிரும். அப்போது கண்ணை இறுக்கி சிரமத்துடன் கிடந்து நெற்றியைப் பார்க்காதே. மனதால் அந்த இடத்தைக் காணவேண்டும். நடு நெற்றி முதல் பிரம்மரந்திரம் என்ற நாமம் போன்று வாசி ஏறும். (அந்நிலையைக் குறிக்கவே நாமம் என்கின்றோம்) அப்போது குமரியாகிய வாலை விளையாடுவதைக் காணலாம்.ஏமாந்து போகாமல் ஒரு நாமமார்க்கத்தில் தொட்டேறி உச்சி வழியாக பிரம்மரந்திரத்திற்குச் செல்லவேண்டும். அப்போது பேசாமல் சித்திரம் போல் அசையாமல் மோனத்தில் இருந்துகொண்டு புருவமத்தியை மனதால் காணும்போது உடல் லேசாகும். மேலே தூக்கும். மனமும், வாசியும் இடது புறம் போகாமல் வலது புறமாக சூரிய கலையில் ஓடும். இந்நிலையில் தன்னைத் தான் காணலாம். சாதாரண மனிதனுக்கும் தாது உயிர் நின்ற இடம் இதுதான். தன்னைத் தானே காணும் இடமும் (ஆன்ம

தரிசனம்) நெற்றியடி புருவமத்தி, ஊசிமுனை துவாரம் உள்ள மூக்கின் அடிமத்தியாகும். எனவே, புருவ மத்தியில் நின்று உருளும் வாசியை அநுபவித்துப் பார்க்கவேண்டும். சாதனையில் முன்னேறினால் அந்தச் சித்தியை ஓராண்டுக்காலத்தில் பெறலாம். அதன் பின் நெற்றியில் நடு நாம வழியைப் பற்றிச் செல்வதே முத்திக்கு நேரான வழியாகும். இவ்வாறு செல்பவர்கள் முனிவர்களாக ஆகலாம்.இவ்வாறு கண் இரண்டையும், புருவ மத்தில் சுழிமுனையின் நடுவில் அசையாமல் பார்த்தால் அங்கு மூன்றாவது கண்ணாகிய ஞானக்கண்ணைக் காணலாம். இதனால் ஞானரசத்தைப் பருகலாம். உடல் ஒளியுறும். புலன்கள் தோறும் தேவையற்ற கருவிகள் அடங்கிப் போகும். அப்போது உடல் கற்பூர வாசனை வீசும். உலக விவகாரம் அற்றுப் போகும். வயோதிகம் குறைந்து வாழ்நாள் நீடிக்கும். மூக்கு மத்தியில் வாசி கொண்டு ஏற்றினால் நாசி மத்தியில் வாசி நீண்டு விடும். இந்நிலையில் தானாகவே வேண்டும்போது திறக்க, பூட்டச் செய்யலாம். அதாவது நினைத்த மாத்திரத்தில் புருவ மத்தியில் நின்று சமாதி நிலையை எய்தலாம் மேலும் அந்த வாயிலைத் தாண்டி உட்புகுந்து மேலே, (பிரமரந்திரம்) ஏறினவர்களுக்கு யோகத்தின் புராதனமாகிய யோகதண்டம், கமண்டலம், குகை போன்றவைகள் வேண்டாம்.

இதனால் குருவருளும் திரிகால ஞானத்திலுள்ள எல்லா சித்திகளும் உண்டாகி கர்மவினை மாறி தர்மம் ஆகும். நரை, மூப்பு, மரணம் இவை போகும்.மூலாதாரத்தில் இருந்து மூலக்கனல் எனும் வாசி முதுகுத் தண்டின் வழியாகக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மேலே ஏறி, பிடரி வரை வரும். உடல் முழுதும் ஓடாது முதுகுத் தண்டின் உள்ள நடு நாடிவழியாக வரும். அப்போது வாய் மூடி மௌனமாக உடல் ஆடாமல் அசையாமல் இருந்தால் வாசி சீறி எழும் வேகத்தால் உடலைப் பின்னால் தள்ளும். மீண்டும் வாசி கீழ் நோக்கிச் செல்லாமல் உள் நாக்கின் வழியாக மேலே செல்லும். அதன் பின்பு பிரம்மரந்திரத்தை அடைந்து வாசியானது உச்சிவெளியான சிதாகாசத்தில் கலந்ததால் அனைத்தும் தோன்றும். பஞ்ச பூதங்களும் அவர்களுக்கு ஏவல் செய்யும். சூரியன், சந்திரன், நட்சத்திரம், ஆகியவை அவர்களுடன் பேசும். இவர்களே சித்தர் நிலையை அடைந்தவர்கள் ஆவார்.இவர்கள் உடல் பல மாறுதல்களை அடையும்.

நடந்து செல்லாமலேயே ஆகாய மார்க்கத்தில் செல்லமுடியும். தொலைதூரம் நடப்பதைக் காணவும், தொலைதூரம் பேசுவதைக் கேட்கவும் முடியும். இவை எல்லாம் ஒரு நொடியில் நடக்கும். சாதாரண மனிதன் தெருவில் நடப்பது போல் பல உலகங்களில் உலவிவர முடியும். இவை எல்லாம் வாலையாகிய குண்டலினி சக்தி உடலில் உள்ளதால் நடைபெறும்.

காயசுத்தி விபரம் :

காலனுக்கு உயிரை உண்ணும் வேலைதான். அவன் ஏவலால் சூலாயுதம் கொண்டு உயிரை எமன் கொண்டு செல்கிறான். எமனுக்கு எமனாய் இருக்கவேண்டுமானால் சூலனுக்கு சூரனாய் இருக்கவேண்டும். அதற்குக் கால சித்தியே துணையாகும். காலசித்தி பெற்றால் எமன் அணுகமாட்டான். வேலாயுதமாகிய வாசியில் எல்லாக்குற்றங்களையும் இரையாக இட்டால் பிராணன் வெந்து காயாது, பசி நீங்கும். கபம் போகும். காம உணர்வு நீங்கும். இவ்வாறு இருந்தால் காலன் நம்மை அணுக மாட்டான்.காயகல்பநிலை பெற விரும்பு துறவியர்களுக்கான உணவு, இருப்பிடம் மற்றும் பல விபரங்கள் கல்ப சாதனை செய்யவிரும்புபவர்கள் கடுமையான சக்தியுடன் இருக்கவேண்டும். தனிக்குடிசை (வீடு-மாடி) கட்டிக் கொள்ளவேண்டும். இந்நிலையில் நல்ல குருவும், சிஷ்யனும் தேவை.கருங்குறுவை அரிசி, பாசிப்பயிறு, மிளகு, சீரகம் இவைகளை வேகவைக்கக் கூடிய அளவுக்குக் காராம்பசுவின் பாலைச் சேர்த்துப் பொங்கி ஒரு வேளை சாப்பிடவேண்டும். மற்ற நேரங்களில் காராம்பசுவின் பால் மட்டும்தான் சாப்பிட வேண்டும். வேறு ஒன்றும் சாப்பிடக் கூடாது. மழை, வெயில், பனி, காற்று நான்கும் ஆகாது. பிரம்மசரிய விரதம், ஆகாரப் பத்தியம் கடுமையாக இருக்கவேண்டும். தவறினால் உயிருக்கு ஆபத்தை விளைவிக்கும். இதனால்தான் இக்காயகல்ப சாதனை பற்றி சித்தர்கள் விவரமாகச் சொல்லாமல் மறைத்து விட்டுப் போய்விட்டார்கள். இந்தக் கடுமையான பத்தியம் இருந்து அஜபா காயத்திரி மந்திரம் செய்து வரும்போது மௌனமும் தொடர்ந்து இருந்து வந்தால், மாதாமாதம் செய்தால் 12 மாத பலனைப் பெறலாம். சிரத்தையுடன் தொடர்ந்து ஒவ்வொரு வருடமாகப் பனிரண்டு வருடங்கள் செய்து வந்தால் 12 வருட பலனையும் பார்க்கலாம். இதற்கு இடம், பொருள், ஏவல் மூன்றும் தேவை.

புருவ நடு திறந்து சஹஸ்ராரத்தில் நடனம் கண்டபின் உடலில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்:

சஹஸ்ராரத்தில் திருநடனம் காணும்போது கண்கள் சிவந்து காணப்படும். பாதம், ஆசனவாய் இவைகளில் எரிச்சலும், வலியும் இருக்கும். தினமும் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பயிற்சி செய்யவேண்டும். அப்போது வாசி செந்தீ போல் இருப்பதை நுண்ணறிவால் உணரலாம். இந்தச் செந்தீயாகிய வாசிய இடுப்பிற்குக் கீழே இருபிளவாக இருக்கும் கால்களுக்குச் செல்லுமாறு செலுத்தவேண்டும். ஒளி காணும்வரை செலுத்தவேண்டும். சாதனை காலத்தில் புருவமத்தி, உச்சி, பிடர் போன்ற இடங்களில் சுலபமாக ஒளி காணமுடியும். ஆனால் இடுப்பிற்குக் கீழே பாதம் வரை யோகக்கனல் வருவதற்கு நீண்ட காலப் பயிற்சி வேண்டும்.காலை, மாலை இருவேளையும் மூக்கு முனையில் இருவிழிகளை நிறுத்திப் பார்த்தால் இரு விழிகளுக்கிடையில் நேர் மத்தி புருவ மத்தியில் வாசியாகிய உயிர் புருவம் தட்டும். இந்த இடத்தில் மனம் பதிவதையே குரு என்பர். இந்நிலை வந்தால் கருவிக்கூட்டங்கள் ஒடுங்கி ஓடிப் போய் விடும். அதாவது புலன்களும், கருவிகளும் செயலிழந்துவிடும். மனம் திறந்து ஒளி வீட்டைக்காணலாம்.கருவி கரணங்கள் என்னும் தத்துவங்களை வென்ரதால் மனதை விட்டுக் கவலைகள் ஒழிகின்றன. புலன்கள் சுத்தமாகும். முயற்சி செய்தால் முடியாதது எதுவுமே இல்லை. புருவமத்தி என்னும் குன்றின்மீது ஏறி, பிரம்மரந்திரமாகிய மலை உச்சிக்குச் சென்று அம்பலதரிசனம் கண்டவரே மறையோகியும் குருவும் ஆவார்.

குரு வருளால் திருவாகும் யோக்கியதை உண்டாகும். சித்தர்களுக்கெல்லாம் அரசனாக வாழலாம். திரிகால தரிசனம் கிடைக்கும்.யோகிகள் தன் மரணத்தை மறந்து, சரீரத்தை பேணிப்பாதுகாப்பதை மறந்து நேரங்களையும் துறந்து காலை, மதியம், மாலை என்று மூன்று காலமும் வாசியை ஏற்றிச் சாதனை செய்தவர்கள். தூண்டாத ஜோதியுடன் வெளிச்சம் காண்பர். காயகற்பம் கண்டவர்கள் அமுதத்தை உண்டு கலை சித்தி பெறுவார்கள். ஒளியைப் புருவ மத்தியில் ஏற்றியவருக்குக் கூட சஹஸ்ரார தரிசனம் சிலசமயம் கிட்டுவதில்லை. சஹஸ்ராரத்தில் சென்ற பிராணன் குளிகை போல் ஆகிவிடும். அவ்வாறு உச்சிக்குச் சென்று குளிகை ஆனால் ஆகாய மார்க்கத்தில் பறக்கும் ஆற்றல் உண்டாகும். பிராணன் பலப்பட பலப்பட ககனமார்க்கம் செல்லும்

திறன் உண்டாகும். முக்திநிலை கூடும். இந்நிலையில் மனம் மௌனத்தில் இருந்து மோனத்தில் ஒடுங்கும். அஜபா காயத்ரியை (ஓம்) தியானம் செய்யச் செய்ய உயிர் வலுக்கும் குளிகையாகும். சஹஸ்ர தளத்தின் நடுவில் உள்ள கேசரங்களில் உயிர் நிற்கும். இதை விட சந்தோஷம் வேறு எதுவும் இல்லை.நெஞ்சுப்பள்ளமாகிய அநாஹதத்தில் பிராணன்(வாசி) வரும்போது நீண்ட காலத்திற்கு அங்கேயே சுற்றிச் சுழன்று கொண்டிருக்கும். இந்நிலையில் யோகிகளுக்குத் திட சித்தம் ஏற்படாமல் சலனங்கள் உண்டாகும். உயிர் சுற்றிச் சுழன்று கொண்டிருக்கும். அதற்கு மேல் விசுத்தி சக்கரத்திற்கு வரும். அதற்கு மேல் விரைவாக ஏறி புருவ மத்தியாகிய ஆக்ஞாசக்கரத்திற்கு வந்தால் சலனங்கள் மறைந்துவிடும். அதன் பிறகு நெற்றி வழி உச்சிக்குச் சென்று முட்டும். உச்சிக்குச் சென்று முட்டும் பிராணன் அங்கு சுற்றிச் சுழன்று வட்டமிடும். இதைப் பார்ப்பதே ஞானம் எனப்படும்.

இஞ்ஞானநிலையை விட்டு உயிர் கீழே இறங்கி பிடரிக்கு வந்தால் வாத, பித்த, சிலேத்துமம் அதிகரிக்கும். பித்தம் அதிகமாகும். மேன்மக்கள் இருவர் கூடினால் பலம் அதிகமாவது போல் பிராணனும் பித்தநீரும் ஒன்று கூடினால் உடல் தொல்லை அதிகமாகும். பிராணன் இன்னும் கீழே இறங்கி வந்தால் மும்மூர்த்தியானாலும் மரணம் அடைவார்கள். அதனால் எப்போதும் உச்சியிலே நிற்கவேணும். அப்படி இறங்கினாலும் மீண்டும் லகுவாக மேலே ஏற்ற வேண்டும். காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் அமைதியான இடத்தில் மனமும், உடலும் இணங்கிய (காலம்) சுகாசனத்தில் இருந்து சாதனை செய்தால் வெட்டவெளியில் மனம் ஒடுங்கும்.யோகசாதனையின் முடிவில் யோகத்திற்குத் தடையாக இருந்த நீர் கழிந்துவிடும். பிராணன் கபாலம் ஏறும். யோகம் 12 ஆண்டில் சித்தியாகும். அவரவர் புண்ணியத்திற்குத் தகுந்தபடி 3 ஆண்டு, 5 ஆண்டு, 8 ஆண்டு, 10 ஆண்டு, 2 ஆண்டு என யோகம் சித்திக்கும். மேலே செல்லச் செல்ல யோகம் எளிதாகும். இடைவிடாது பயின்றால் சிற்பரத்தைக் காணலாம். இதுவே நெற்றிக்கண் திறத்தலாகும். இதற்கு மேலெ ஞானநிலை கூட உச்சி ஏறுவர். தலை உச்சியில் கபால மத்தியில் அண்ணாக்கிற்கு நேர் தூண்போல் 1 சாண் நீளம் ஒளி உண்டாவதைக் காணலாம். இந்நிலை வந்தால் நாவால் உணவு உண்ணாமல் உள்நாவால் அமுதம் உண்ணலாம்.அண்ணாக்கில் உள்ள துவாரமே 10-ம் வாசல். இதை

ஊடுருவி மூலத்துண்டின் மூலம் உள்நாக்கு வழியே பற்றி வாசிக்குதிரை ஏறி ஒளி இடமாகிய காசிக்குச் செல். அங்கு பரை ஆடுவதைக் காண்பாய். அண்ணாக்கில் இருந்து உச்சிவரை செல்லும் மூல மார்க்கத்தை நடுநாடி, உயிர்நாடி, பிராணநாடி ஆகிய வழி சென்று உயிர் நடனத்துக்குக் கூத்தாடும்.

புருவ மத்தியை நோக்கி சாதனை செய்து கொண்டிருக்கும்போது நோய்கள் வந்தால் மருந்துகளால் குணமாகாது. யோகத்தால் அதை நிவர்த்தி செய்யமுடியும். சாதனையைப் பாதியில் நிறுத்தினால் நோயினையே அடைவார்கள். பொய் யோகியாகி விடும். ஞானபதம் கண்டவர்கள் பித்தர்கள் போல் தன்னை மறந்து காணப்படுவார்கள். சுழலில் அகப்பட்ட துரும்பு போல துடிப்பார்கள். இச்சமயத்தில் ஞானத்தால் ஊன்றி நின்று பித்தம் போக்கி எச்சரிக்கையுடன் இருந்து 1 வருடம் வரை சாதனை செய்யவேண்டும்.சாதனை செய்யும் ஒரு வருட காலத்தில் கிறுகிறுப்பு, மயக்கம் இவை தோன்றும். மயங்கி விழுந்த மண்டைக்குள் வாலை கூத்தாடும். இவ்விளையாட்டு ஒருவருடம் வரை நடக்கும். இதைக் குளிகை என்பர். இந்நிலை வரவிரும்பினவர்கள் யோகத்தில் மேல்நிலையில் உள்ளவர்கள். கபாலத்தில் உயிர் குளிகையாகி நிற்கும்போது ஏற்படும் உணர்வுகளாகும். முக்தி நிலையில் முழுமை பெற்று சித்தி பெற்ற ஞானிகளுக்கு நாடி, நரம்புகள் இறுகிக் காணப்படும். உடல், உயிர் இவைகளில் உண்டான மும்மலக் கசடுகள் நீங்கும். குண்டலினி சக்தி உடலில் இருந்து ஆடிப்பாடும். மனம், உடல், உயிர் மூன்றும் ஒன்றாய் கூடி ஒடுங்கி நிற்கும். ஒளி பெருகும், இருள்விலகும். இந்நிலை வந்தால் நரை, மூப்பு ஓடிப் போகும்.ஞானசித்தி பெற்ற பின்பு நாடி, நரம்புகள் இறுகும். ககன மார்க்கத்தில் செல்ல முடியும். பூமியில் நடப்பது போன்று வானத்தில் நடக்கலாம். வல்லபங்கள் அநேகம் உண்டு. மனதில் உற்சாகம் தோன்றும். கேட்டதெல்லாம் கிடைக்கும். வாலைத்தாய் குண்டலினி சக்தி முன்னே நின்று தொண்டு செய்வாள். இத்தகைய சக்தி பெற்ற உடல் உயிர் கேவலப் பிறவியாகாது. மனம் சித்தியும், உயிர் முத்தியும் பெறும். 2 வருடம் யோகம் செய்து சித்தி பெற்று அந்த சித்தியில் ஏமாந்துவிடாமல் அதன் பின் ஞானமார்க்கத்தில் இரட்னு வருடம் சித்துடன் சேர்ந்து விளையாடி முதிர்ச்சி அடைய வேண்டும்.

பிரமரந்திர உற்பத்தி:

பிரமரந்திரத்தில் ஊசி துவாரத்தில் உயிர் நிற்கும் நிலையே ஞானம் ஆகும். இந்நிலையில் உள்ளபோது திரிகால உணர்வும் தெரியும். ஆன்மா உச்சி மண்டையில் ஏறி வெட்டவெளியில் சென்று மூன்று காலத்தையும் உணரும். முதுகுத் தண்டின் எலும்பின் உள்ளே சிறிய ஊசியைச் செலுத்தும் அளவுள்ள துவாரத்தின் வழியாகப் பிராணன் செல்லும். இந்த எலும்பின் உள்ளே ஓடுகிற வாசியே ஆன்மாவாகும். இவ்வாறு எறிமுனை மூக்குக்கு வரும். வாயுவான ஆன்மா எலும்பில் உள்ள துளையின் வழியாகப் புருவ மத்தி ஏறும். இவ்வாறு ஆறு ஆதாரங்களைக் கடந்து புருவமத்தியின் வழியாக உச்சி மண்டைக்குச் செல்லும்.காயசித்தி பெற்ற பின்பு நரைத்த முடி கறுத்துவிடும். உடல் பலமடையும். சரீரம் வெகு காலத்துக்கு நிலைத்து நிற்கும். ஆன்மா உச்சி ரோமம் வழியாகச் சேர்ந்து ஏறி, ரோமக்கால்களைத் தொடர்ந்து பற்றி 12 அங்குலம் மேலே ஏறும். உச்சிக்கு மேலே 12 அங்குலம் மேலே துவாதசாந்தப் பெருவெளியில் ஆன்மா செல்லும். அப்போது கூடுவிட்டுக் கூடு பாயும் நிலை உண்டாகும். பிராணன் முதுகுத் தண்டு வழிமேலே ஏறிப் பிடரி, மூக்கு நுனி கடந்து சதா புருவ மத்தியிலோ, சஹஸ்ராரத்திலோ ஒடுங்கிவிட்டால் நிர்விகல்பசமாதி நிலையை அடையலாம். மௌன நிலை போல் மோனநிலை கிடைக்கும். மோன நிலையில் பிராணன் ஒடுங்கியபின் உயர்வு, தாழ்வற்ற நிலை ஏற்பட்டுவிடும். இதுவே எல்லாம் பிரம்மமயம். இதை எல்லாரும் அடையலாம். இதற்கே மறு பிறவி கிடையாது.

Thank: to : http://siddarkalvaralaru.blogspot.inl

Note: This is Very powerful don't do yourself, Take Guru Guide....

http://sadhanandaswamigal.blogspot.in/2015/01/vaasi-yogam-vasi-yoga.html